

| LUNES   | MARTES   | MIÉRCOLES   | JUEVES   | VIERNES  |
|---|--|---|--|--|
|   | <p><b>4</b><br/>Arroz con tomate / White rice with tomato sauce</p> <p>Hamburguesa de pollo con patatas fritas / Chicken-burger with french fries.</p> <p>Yogur de limón y pan / Lemon yogurt and bread.</p> | <p><b>5</b><br/>Pure de calabacín / Zucchini puree.</p> <p>Emperador con ensalada de espinacas. / Swordfish with spinach salad.</p> <p>Plátano, leche y pan /Banana, milk and bread.</p>  | <p><b>6 DIA DE ASTURIAS</b><br/>Fabada asturiana / Asturian stew.7</p> <p>Escalopines de ternera con ensalada de tomate ,queso fresco orégano / Escaloped veal with tomato ,fresh cheese oregano /</p> <p>Arroz con leche o yogur natural y pan/ Rice pudding or natural yogurt and bread.</p> | <p><b>7</b><br/>Pasta boloñesa / Pasta with meat and tomato sauce.</p> <p>Merluza salteada con verduras / Hake with vegetables.</p> <p>Melón, leche y pan / Melon, milk and bread.</p>   |
| <p><b>10</b><br/>Paella de chipirones y gambas/ Valencian-style rice dish with baby squid and shrimp.</p> <p>Lacón a la gallega / Lacon,</p> <p>Sandia, leche y pan / Watermelon, milk and bread.</p> | <p><b>11</b><br/>Sopa de picadillo / Soup with meat and egg.</p> <p>Pollo asado con patatas fritas/ Roasted chicken with french fries</p> <p>Yogur natural y pan/ Natural yogurt and bread</p>               | <p><b>12</b><br/>Lentejas guisadas con chorizo / lentils stewed with chorizo.</p> <p>Bacalao al horno con ensalada de tomate, pepino y cebolla / Cod with tomato, cucumber, onion salad.</p> <p>Manzana Granny Smith , leche y pan. Granny Smith apple, milk and bread.</p> | <p><b>13</b><br/>Puré de espinacas / Spinach puree</p> <p>Albóndigas de ternera con arroz sin soja / Meatballs with rice without soy</p> <p>Natillas y pan / Custard and bread.</p>  | <p><b>14</b><br/>Judías verdes / Green beans</p> <p>Cinta de lomo con patatas panaderas y pimientos verdes/ Pork with potatoes and green peppers.</p> <p>Macedonia de frutas natural, leche y pan / Natural fruit salad, milk and bread.</p> |
| <p><b>17</b><br/>Guisantes con jamón / Sautéed peas with ham.</p> <p>Ragout de pavo con verduras salteadas/ Turkey with salted vegetables</p> <p>Melón, leche y pan / Melon, milk and bread.</p>      | <p><b>18</b><br/>Garbanzos a la castellana / Spanish chickpea</p> <p>Lomos de merluza a la bilbaína/Hake in a garlic sauce.</p> <p>Petit suisse y pan / Yogurt and bread.</p>                                | <p><b>19</b><br/>Acelgas rehogadas Acelgas rehogadas con bacon/ Lightly fried chard with bacon</p> <p>Filete de ternera con patatas fritas / Grilled steak with french fries</p> <p>Plátano, leche y pan /Banana, milk and bread.</p>                                       | <p><b>20</b><br/>Arroz tres delicias/Chinese style rice.3</p> <p>Filete de pollo a la plancha con lombarda / Grilled chicken fillet with red cabbage</p> <p>Yogur de fresa y pan / Strawberry yogurt and bread.</p>  | <p><b>21</b><br/>Espaguetis con salsa carbonara/ Spaghetti carbonara</p> <p>Salmón plancha con tomates al horno/ Grilled salmon with baked tomatoes .</p> <p>Sandia, leche y pan / Watermelon, milk and bread.</p>                           |
| <p><b>24</b><br/>Menestra rehogada / Sauteed vegetables</p> <p>Ternera con verduras/ Steak with vegetables.</p> <p>Manzana Gala, leche y pan. Gala apple, milk and bread</p>                          | <p><b>25</b><br/>Patatas con carne / Potatoes stew with meat</p> <p>Lomos de lenguado con guarnición de brocoli / Flounder with brocoli</p> <p>Yogur de macedonia y pan / Fruit salad yogurt and bread.</p>  | <p><b>26</b><br/>Sopa de arroz y pescado /Fish and rice soup.</p> <p>Cinta de lomo / Pork</p> <p>Mandarina y pan / Tangerine and bread.1</p>  | <p><b>27</b><br/>Judías pintas con arroz/ Beans with rice</p> <p>Filete de pavo adobado con ensalada de la huerta / Turkey with salad.</p> <p>Yogur de limón y pan / Lemon yogurt and bread.</p>   | <p><b>28</b><br/>Crema de calabaza/ Cream of pumpkin.</p> <p>Lasaña de atún / Tuna lasagna</p> <p>Plátano, leche y pan /Banana, milk and bread.</p>  |



Enjoy your



meal

TODOS LOS ALUMNOS PODRÁN REPETIR LAS VECES QUE DESEEN, DESPUÉS DE HABER COMIDO EL PRIMER Y SEGUNDO PLATO. Es conveniente que los niños vengan bien desayunados al Colegio. El pescado será de las variedades: merluza, pescadilla, salmón, mero... puede variar en función de la disponibilidad de mercado y si es fresco será congelado durante 24-48 horas a -20 °C, según la normativa vigente (RD 1420/2006). Los productos lácteos utilizados en el Colegio (leche, yogur, etc.) son de la marca Puleva y Danone. Todos los 2º platos irán acompañados de ensalada. Información disponible en materia de alergias e intolerancias. Soliciten información en enfermería.